

ちからこぶ

福祉通信「ちからこぶ」2013年7月号 梶原 恵子 書

障がい者スポーツレクリエーション交流会

6月8日(土) 竜王スキー場ホテルタガワ総合体育館にて開催しました。町内の身体・知的障がいを持たれた方、およびボランティアの協力のもと総勢33名が、スポーツを通して親睦と交流・体力維持・増進を目的としてご参加いただきました。



6月22日(土)の北信地区スポーツ大会に向け、日頃の運動不足を解消していただくためにストレッチから始め、個人・団体競技種目『フライングディスク、ジャベリックスロー、ボール投げ、養老の滝、スプーンレース』などを練習しました。お昼には新緑の中の白樺を眺め、鳥の鳴き声を聞きながらバーベキューをしました。山菜の味噌汁やおにぎりがついて満腹になるまで堪能しました。

参加者からは、「肉食べて強くなるぞ！大会にむけてがんばるぞ！」と勇ましい声や「初めて参加しました。とっても楽しかったです。」「皆さんにここにこされていて笑顔が嬉しい。」「フライングディスク初めてやってみたら楽しかった。来年出場してみたい。」など感想を伺うことができました。



今月の表題を書いてくださったのは、障がい者スポーツレクリエーション交流会に参加された梶原恵子さんです。「広い体育館内を縦横にかけ回り、各々の参加者ペースで色々な競技を楽しんだ。身体を動かした後は、白樺の木立の中でのバーベキューを堪能した。ボランティアと職員の方々の終始行き届いた御助力に心から感謝したい。」と話されました。

また、梶原さんは6月22日(日)北信地区障害者スポーツ大会でソフトボール投げやゲートボールリレーに出場され活躍されました。

ご自身は2001年までイギリスで不動産関係の仕事をしていましたが、息子さんに譲り、2003年に須賀川へ移住されました。山ノ内町の事を「平成の大合併に自立の答えを出した町は大きい可能性を持っていると信じている。いつかお世話になっている町に恩返しをしたい。」と話されました。

この人に注目

かじわら けいこ
梶原 恵子さん



News

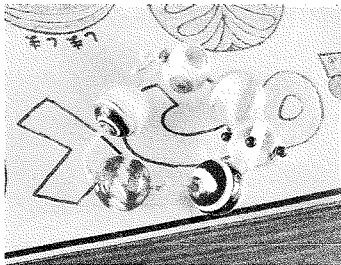
○ 第25回北信地区障害者スポーツ大会 ○ 6月22日(土)

飯山市長峰運動公園で開催され、山ノ内町から33名の方が出場しました。立幅跳び、100m走等の個人種目や養老の滝、宝釣り等の団体種目&お楽しみ種目を頑張りました。頑張る仲間に大きな声援を送り、また、勝敗を一緒に分かち合う場面もあり団結した1日となりました。

順位 1位:中野市 2位:木島平村 3位:飯山市 4位:山ノ内町



○ 北信やまびこ(母子寡婦)福祉会総会及び親と子のいきいき講座 ○ 6月23日(日)



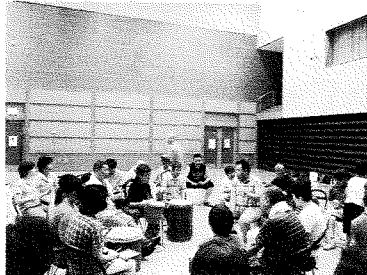
木島平村農村交流館で町内及び木島平村の会員を中心に、午前は総会、午後は講座の内容で開催されました。木島平村農村交流館は、旧南部小学校が改修され、木の温もりを活かした教室形式の研修室や宿泊施設を兼ね備え、合宿等にも最適な素敵な施設でした。

上部組織にあたる「県母子寡婦福祉連合会」が、今年度より「県ひとり親家庭等福祉連合会」と団体名称もがらりと変わり、初めて男性が会長になる等、時代の流れの中で変革の時を迎えているようです。今後、会の組織の在り方等課題もありますが、当事者団体として、和気あいあいとした中で、ガラスアート体験として、「トンボだま」を作り、各々ペンダントやストラップ等好みの作品が出来上がりました。

○ 町手をつなぐ育成会 サンアップル「音遊び広場」 ○ 6月30日(日)

参加者17名が民族楽器の太鼓や鈴、手作りのマラカス等を使って楽しみました。

個々で好きに鳴らしたり、指揮者の手振りに合わせて楽器を鳴らしました。様々な音が鳴ってにぎやかだった会場も指揮者がいると会場内の音も引きしまりました。



参加者からは、「楽しかった」「手が疲れた」との感想がありました。言葉が無くても楽器を通して心が通じた時間を過ごすことができました。



山ノ内町社会福祉協議会理事・監事名簿

会長	畔上 善治 (本郷)	
副会長	江口 澄夫 (湯ノ原)	竹田 時治 (竜王)
理事	湯本 恵美子 (堤)	高田 佳久 (金倉)
	吉池 茂敏 (中須賀川)	畔上 令子 (本郷)
	外山 俊 (中須賀川)	鈴木 正晴 (横堰)
	須田 徳榮 (本郷)	河野 雅男 (星川)
常務理事	鈴木 浩史 (社協)	
監事	青木 絹枝 (宇木)	白鳥 久男 (菅)

山ノ内町社会福祉協議会

平成26年度正規職員募集

平成26年度4月入社 of 正規職員を若干名募集します。

詳細は、有線放送をお聞きいただくか、社協(電話 33-1105、有線2038)へお問合せください。

募集締切は、7月24日(水)です。

夏休みボランティア体験教室参加者募集のお知らせ！！

【問合せ先】山ノ内町社会福祉協議会 つつみ住民活動センター電話:33-2810 有線:4280 FAX:33-2830

体験その1・・・施設体験

夏休みを利用してお年寄りとふれあい活動をしてみませんか？お友達を誘って、みんなの元気な力と笑顔を届けましょう。

【施設体験ボランティア事前研修】

- ◆日時 平成25年7月27日(土) 13時30分～15時30分
- ◆内容 車イス体験、レクリエーション体験学習、施設体験について諸説明等
- ◆場所 つつみ住民活動センター
- ◆持ち物 筆記用具、動きやすい服装、帽子

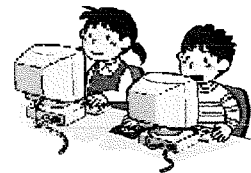
**【施設体験】**

- ◆日時 平成25年7月28日(日)～8月9日(金)の期間で施設によって異なります。
- ◆場所 町内の福祉施設
- ◆持ち物 施設によって異なりますので、小中学校より配布されたチラシをご覧くださいか、お問い合わせ下さい。
- 【対象者】 ボランティアに関心のある小学4年生以上の学生の方
- 【参加費】 無料(希望する福祉施設によっては費用がかかる所もあります。)
- 【締切日】 平成25年7月19日(金)までに学校へ申込みされるか、直接ファックスでも受け付け可能です。

体験その2・・・点字パソコン体験

町内の点字ボランティアさんがやさしく教えてくれます。パソコンに触れたことがない方、苦手な方も大丈夫。又、オリジナル名刺を作ってみませんか？

- ◆日時 平成25年7月30日(火) 13時30分～15時30分
(2回目) 8月1日(木) 13時30分～15時30分
(3回目) 8月2日(金) 13時30分～15時30分
- ◆場所 つつみ住民活動センター ◆持ち物 国語辞典、筆記用具



- 【対象者】 小学4年生以上の学生の方
- 【募集人数】 5名程度
- 【参加費】 無料
- 【締切日】 平成25年7月26日(金)までにつつみ住民活動センターへお申込みください。

体験その3・・・バリアフリースポーツ体験 ～ブラインドサッカー～

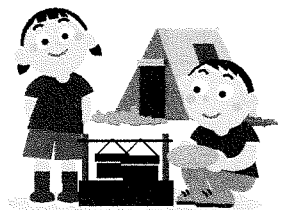
誰もが楽しめるスポーツを通して、心と体をほぐして、思いっきり体を動かしてみませんか！？

- ◆日時 平成25年8月8日(木) 午前9時15分集合・受付
- ◆会場 中野市福祉ふれあいセンター 電話0269-26-3111
中野市多目的サッカー場(雨天時:中野市民体育館に集合となります)
- ◆内容 ブラインドサッカー(目かくしをしてのサッカー)体験、非常食体験
- ◆持ち物 飲み物、動ける服装、タオル(汗拭き用)、ハンカチ(アイマスク体験用)、着替え、お米1合(洗ってあるもの)、上履き(雨天時)
- 【参加費】 100円(一人あたり)
- 【締切日】 平成25年7月19日(金)までに山ノ内町社会福祉協議会又は各学校へお申込みください。

体験その4・・・避難所体験お泊まり会

～夏休みだ！お友達とお泊り。身につけよう！生き抜く力を！～

- ◆日時 平成25年8月10日(土) 午後2時00分～(受付:午後1時30分)
11日(日) 午前11時30分まで
- ◆場所 つつみ住民活動センター
- ◆持ち物 毛布2枚(汚れてもいい物)、水着、タオル、^{やみじる}八味汁にいれる野菜、軍手、牛乳空きパック2枚、避難所生活に必要なと思う物を持ってくる。
- 【対象者】 町内の小学生以上の子ども、事業協力者および関心のある方
- 【募集人数】 25名程度
- 【参加費】 無料
- 【締切日】 平成25年7月31日(火)までに所定の用紙に記入して、つつみ住民活動センターへお申込みください。



7月

～社協の予定～

11	木	・ほのほのランチ ・横堰サロン
12	金	・脳元気教室
13	土	
14	日	
15	月	[海の日] デイサービス・配食サービス等営業 ・いちご会
16	火	・結婚相談所
17	水	・杓野おたっしゃ会
18	木	・ほのほのランチ 浴衣着付け講習会 午後2時～、6時～ つつみ住民活動センター
19	金	・脳元気教室
20	土	
21	日	・本郷ふれあい事業
22	月	・理事会 町遺族会役員会 午後2時～ つつみ住民活動センター
23	火	・結婚相談所
24	水	・わくわく商店街
25	木	・ほのほのランチ
26	金	・脳元気教室 町手をつなぐ育成会 視察研修 (上田市真田町)
27	土	
28	日	山ノ内町赤十字専任研修会 (AM:文化センター)
29	月	福祉体験教室事前研修 (PM:つつみ住民活動センター)
30	火	・結婚相談所
31	水	点字パソコン体験 ①7月30日 ②8月 1日 ③8月 2日
1	木	・ほのほのランチ
2	金	・脳元気教室
3	土	・夏祭り in やまのうち(社協連も参加しますよ!)
4	日	
5	月	北信連合遺族会役員会
6	火	・結婚相談所

8月

2013信州ねんりんピック スポーツ交流大会 参加者募集

開催日 平成25年9月28日(土)
 競技会場 茅野市運動公園内の各競技場
 競技種目 ダンススポーツ、グランド・ゴルフ、ソフトテニス、弓道、ゲートボール等10種目
 参加資格 県内在住の60歳以上の方
 競技要項 競技要項、参加申込書がホームページよりダウンロードできます。(http://www.nicesenior.or.jp)
 E-mail:info@nicesenior.or.jp
 参加費 1人500円
 申込締切 平成25年7月31日(水)
 問合せ先 財団法人 長野県長寿社会開発センター
 電話:026-226-3741

ワンポイント介護② ～口腔ケア～

①だ液の分泌が十分でないと、潤いが足りず、「食べカスを洗い流す」「食べ物を飲み込む」などが難しくなったりします。

②食前に口腔体操をしたり、食後にうがいや歯みがきをすることで、お口の中をキレイにし、だ液腺に刺激を与えると、だ液が出てきます。

③歯が20本以上ある人に比べて、歯がほとんどなく入れ歯も未使用の人は、認知症の発症リスクが、なんと1.9倍!!

編集後記

先月見頃だった中野市の「バラ祭り」。会場付近は、連日大勢の車と人の流れがあり盛況ぶりを感じました。同じ町では「小布施町」も活性化を目指し講演会やイベントを活発に行っています。山ノ内町も活性化を目指した取り組みはありますが、各々で進めていることもしばしば。町内の地域性もありますが…住民の話を聞いていると「考えさせられる意見」、「おもしろい意見」が出てきます。「地獄谷野猿公苑」や「スノーモンキー」の他に、町内を巡る楽しさがある取組(起爆剤)を色々な方が共同で行えば良いと思います。(M)

社 是 安全・尊厳・満足 =地域住民のみなさまと共に歩む社協=
 ●福祉通信ちからこぶ 平成25年7月11日発行 ●発行者 社会福祉法人山ノ内町社会福祉協議会
 ●〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町大字平穩 3371-2(山ノ内町地域福祉センター内) TEL 0269-33-1105 FAX0269-33-8413
 ●URL http://www.honobono-shakyo.or.jp ●E-mail info@honobono-shakyo.or.jp ●印刷 山ノ内町社会福祉協議会